

# KINESIOLOG/IN DIPLOMLEHRGANG



©Fotolia.com



COLLEGE  
**KINESIOLOGY**  
IKC



COLLEGE  
**KINESIOLOGY**  
IKC



## Was ist Kinesiologie?

Kinesiologie ist die Lehre von der Bewegung und den Bewegungsabläufen im Körper des Menschen. Der Begriff setzt sich aus den griechischen Wörtern „kinesis“ (Bewegung) und „logos“ (Lehre) zusammen und bezieht sich auf alle Bewegungsabläufe auf körperlicher, mentaler und emotionaler Ebene. Kinesiologie vereint das Wissen der traditionellen chinesischen Medizin und die Erkenntnisse moderner westlicher Wissenschaften. Wie bei der chinesischen Energielehre basiert auch die Kinesiologie auf einer ganzheitlichen Betrachtung des Menschen.

Dr. George Goodheart, ein amerikanischer Arzt und Chiropraktiker gilt als Gründer der Kinesiologie. Er erkannte, dass Meridiane (Energiebahnen im Körper), Organe und Muskeln in Verbindung stehen, weshalb man über bestimmte Muskeltests den Energiefluss in den entsprechenden Meridianen überprüfen kann. Der Kinesiologie geht es in diesem Zusammenhang darum, energetische Ungleichgewichte (Energiedysbalancen) zu erkennen und auszugleichen (zu balancieren).

Kinesiologie ist eine wirkungsvolle Technik, um Energieungleichgewichte aufzuspüren und mit geeigneten kinesiologischen Maßnahmen, die individuell auf den Klienten abgestimmt werden, in Form einer Balance wieder auszugleichen. Dabei kommt es zu einer Bewegung im körperlichen, geistigen, emotionalen und mentalen Bereich in Form von positiven Veränderungen.

## Der kostenlose Info-Abend: detaillierte Infos aus erster Hand

Weil jede Entscheidung eine wohlüberlegte sein soll, bieten wir Ihnen für diesen Lehrgang einen detaillierten Info-Abend. In dieser Stunde erfahren Sie alles, was Sie über den Lehrgang wissen müssen. Und dies aus erster Hand – nämlich direkt von der/dem Lehrgangleiter/in. So sind Sie inhaltlich und organisatorisch bestens informiert. Wir freuen uns auf Ihr Kommen! Anmeldung via Website.

## Welche klassischen Methoden der Kinesiologie werden im Diplomlehrgang gelehrt?

Der BFI Salzburg Diplomlehrgang Kinesiolog/in basiert und vermittelt nachstehende klassische Methoden der Kinesiologie, die vom österreichischen Berufsverband für Kinesiologie anerkannt sind und auf internationalen Standards beruhen.

## Touch for Health©

Touch for Health© ist eine kinesiologische Arbeitsmethode, die vom Arzt und Chiropraktiker John F. Thie entwickelt wurde. Sie ist eine der verbreitetsten kinesiologischen Methoden, eignet sich als Einstieg in die kinesiologischen Arbeitsweisen und bietet mit ihrer Vielzahl von Möglichkeiten, eine in sich abgeschlossene Arbeitsmethode.

Touch for Health© ist eine Synthese aus westlichem und fernöstlichem Gedankengut und beinhaltet Bewegungs- und Ernährungslehren, die Arbeit mit Reflexpunkten am Körper und Elemente der Traditionellen Chinesischen Medizin. Die Arbeit setzt sich zum Ziel, Ungleichgewichte im Energiesystem des Menschen auszugleichen. Das Arbeitsmedium ist dabei die Muskulatur – speziell die Muskeln, die mit den Akupunkturmeridianen (das sind Energiebahnen an der Körperoberfläche) in direkter Verbindung stehen. Damit versteht sich diese Arbeit primär als Gesundheitsvorsorge, als Ausgleich von energetischen Inbalancen, lange bevor sich Disharmonien als Krankheit manifestieren können. Als „biologische Feedback-Methode“ kommt der kinesiologische Muskeltest zur Anwendung, eine Form von körpereigenem Kommunikationssystem, das erfahrbar macht, was das biologische System des Menschen stresst und stört bzw. stärkt. Gerade im Touch for Health© sind diese Erfahrungen sehr tiefgreifend, da bei Bedarf eine ganze Reihe von Muskeln auf ihre Haltefähigkeit getestet werden, was einen Einblick in die energetischen Situationen Menschen vor bzw. nach der Ausgleichsarbeit bietet. Veränderungen aus dem „Inneren“ heraus erlangen so mehr Gewicht.

## Brain Gym®

Brain Gym® ist eine von Dr. Paul Dennison entwickelte ganzheitliche Methode zur Erweiterung unserer Lernfähigkeit. Der Name „Brain Gym“ ist ein amerikanischer Ausdruck und bedeutet so viel wie „Gehirngymnastik“. Diese Methode basiert auf dem Wissen und den Erfahrungen der angewandten Kinesiologie, der Lernpsychologie, der Gehirnforschung und der chinesischen Meridianlehre. Brain Gym® besteht aus einer Reihe von Bewegungsübungen, bei denen die Vernetzung von rechter und linker Gehirnhälfte trainiert wird und zu einer Aktivierung von bestimmten Gehirnarealen beiträgt. Durch die Steigerung der Zusammenarbeit von Körper- und Gehirnbereichen erhöht sich sowohl Ihre geistige wie auch körperliche Vitalität. Brain Gym® Übungen unterstützen die Bearbeitung von Lernproblemen in jedem Alter und tragen zu einer Leistungssteigerung in Schule, Beruf, Freizeit und Sport bei. Sehr gut geeignet sind Brain Gym® Übungen für Kinder im Kindergartenalter, um bereits die Entwicklung des Gehirns zu fördern, oder für Kinder im Schulalter, um das Lernen leichter und einfacher zu gestalten und damit mehr Freude beim Lernen zu fördern und auch für Kinder mit Bewegungsproblemen, um die Koordination zu verbessern. Aber auch und gerade für Erwachsene, um den Anforderungen im Berufsalltag besser gerecht zu werden, und um das Lernen leichter und einfacher zu gestalten, um sich im Alltag oder im Sport leichter, besser und koordinierter zu bewegen.

## R.E.S.E.T. - Rafferty Energie System zur Entlastung / Entspannung des Temporomandibulargelenks

Kieferentspannung nach Philip Rafferty.

R.E.S.E.T. ist ein sanftes Balancesystem, das die Kiefermuskulatur entspannt und das Kiefergelenk ausgleicht. Anspannungen, Emotionen und Stress können die Kiefermuskulatur und damit auch das Kiefergelenk verspannen.

Das Kiefergelenk wiederum hat Einfluss auf den ganzen Körper, einschließlich dem Skelett-, Muskel-, Nerven- und Meridiansystem als auch der Hydration (Wasserhaushalt). Durch das Ausbalancieren der Kiefermuskeln wird eine Wiederherstellung des Gleichgewichts in diesem wichtigen System erreicht. Dadurch können Verspannungen gelöst und der ganze Körper positiv beeinflusst werden.

R.E.S.E.T. ist gut einsetzbar zur Entspannung, zur Unterstützung bei zahnmedizinischen und kieferorthopädischen Behandlungen jeder Art, zur Unterstützung bei bestimmten Beschwerdebildern wie z.B. Verspannungen im Nacken- und Rückenbereich, Lernschwierigkeiten, chronischer Müdigkeit u.v.m.

### Ist dieser Diplomlehrgang für Sie geeignet?

Personen, die sich für eine persönliche Weiterentwicklung interessieren, die bereits mit einer schul- oder komplementärmedizinischen Methode arbeiten und ihr Repertoire erweitern wollen und Personen, die als praktische/r Kinesiolog/in arbeiten möchten.

### Welche Voraussetzungen sind zu beachten?

Für die Teilnahme am Diplomlehrgang setzen wir einen stabiler körperlich-psychischen Zustand die Bereitschaft zur Selbsterfahrung und zur praktischen Umsetzung sowie die Teilnahme am Info-Abend voraus.

### Welche Kompetenzen erwerben Sie durch den Besuch des Diplomlehrgangs?

- Sie kennen verschiedene Muskeltests, die als körpereigenes Biofeedbacksystem eingesetzt werden.
- Sie können die Touch for Health-Methoden fundiert anwenden.
- Dabei erlernen Sie Techniken, um Stressoren aufzuspüren, die das Energiesystem schwächen, und auch Korrekturmöglichkeiten des Energieungleichgewichts, um den freien Fluss der Lebensenergie wiederherzustellen.
- Sie beherrschen Bewegungs- und Entspannungsübungen für bestimmte Gehirnareale und verstehen Bewegungsgrundlagen für erfolgreiches Lernen.
- Sie können muskuläre Überbeanspruchungen erkennen und lösen.
- Sie erlernen kinesiologische Methoden, die bei der (Wieder-)Erlangung der Leistungsfähigkeit unterstützen und die sie sowohl im Alltag, beim Lernen als auch beim Sport in unterschiedlichen Altersgruppen einsetzen können.

- Außerdem erwerben Sie ein gutes Basiswissen der westlichen und östlichen Ernährung.
- Sie lernen die gesamte Gehirn-Körper-Koordination ihrer Klienten durch Aktionsbalancen und die Lateralitätsbahnung zu verbessern.
- Sie lernen die kreativen Potentiale ihrer Klienten zu wecken und deren Lernschritte zu erleichtern.
- Sie lernen die Integration des Menschen in den drei Raum- und Gehirndimensionen: Lateralitätsdimension, Zentrierdimension und Fokusdimension.
- Mit der Kieferentspannung nach Philip Rafferty (R.E.S.E.T) lernen Sie ein sanftes Balancesystem kennen, welches die Kiefermuskulatur entspannt und das Kiefergelenk ausgleicht.
- Sie können R.E.S.E.T in Eigenbalance und Balance am sitzenden und liegenden Übungspartner anwenden.

## Welche Berufsfelder und Karrierechancen eröffnen sich Ihnen?

Kinesiologie ist eine aufstrebende Methode, deren Wissen in verschiedenen Berufsfeldern und Zusammenhängen angewendet werden kann. Sie ist nicht nur gut geeignet für Personen, die in Berufen zur Gesundheitsförderung tätig sind, sondern auch für Pädagogen, Trainer, Sportler und auch alle Interessierte, die u.a. bei der Persönlichkeitsentwicklung, bei Motivationsproblemen oder auch bei Lernproblemen unterstützend tätig sein wollen. Sie haben auch eine fundierte Basisausbildung für den Start in die Selbstständigkeit als Kinesiolog/in.

## Wie kommen Sie zu Ihrem BFI Salzburg Diplom?



- Schriftliche Abschlussprüfung
- Präsentation der Diplomarbeit
- Mindestens 75% Anwesenheit

## International Kinesiology College (IKC)



Unser Lehrgang entspricht den anerkannten Lehrplänen des IKC-Curriculum. Sie erhalten daher zusätzlich zu Ihrem Diplom die international anerkannten Zertifikate des „International Kinesiology College“. **BONUS:** Bei uns unterrichtet auch der Vorsitzende des österreichischen Berufsverbandes für Kinesiologie.



## Wie hoch sind die Lehrgangskosten?

Bei uns erhalten Sie ein All-in-Angebot: In der Lehrgangsgebühr sind sämtliche Lehrgangsunterlagen sowie die Prüfungsgebühren inkludiert. Es fallen keine weiteren Kosten an. Die Lehrgangsgebühr entnehmen Sie bitte dem Stundenplan oder unserer Website.

## Welcher zeitliche Aufwand kommt auf Sie zu?

Über die Lehrgangsdauer von 2 Semestern finden jeweils freitags und samstags Seminare statt. Die detaillierten Termine entnehmen Sie bitte dem Stundenplan.

## Wo findet der Diplomlehrgang statt?

Dieser Lehrgang findet am BFI Salzburg statt. Unser modern ausgestattetes Seminarzentrum ist öffentlich sehr gut mit dem O-Bus (Linie 6, Haltestelle Science City Itzling oder O-Bus Linie 3, Haltestelle Kirchenstraße) zu erreichen. Bei einer Anreise mit dem Auto stehen Ihnen ermäßigte Parkplätze (€ 4,00 pro Tag) zur Verfügung.



### BFI Salzburg

Schillerstraße 30  
5020 Salzburg  
[www.bfi-sbg.at](http://www.bfi-sbg.at)  
Anfahrt

## Bildung. Freie Fahrt inklusive.

In Kooperation mit dem Salzburger Verkehrsverbund ermöglichen wir Ihnen an jedem Ihrer Kurstage die öffentlichen Verkehrsmittel in der Kernzone Salzburg ab vier Stunden vor Kursbeginn bis Betriebsende KOSTENLOS zu benutzen.



### BFI-Kundencenter

Telefon: +43 (0)662/88 30 81-0

E-Mail: [info@bfi-sbg.at](mailto:info@bfi-sbg.at)

Öffnungszeiten: Mo-Do: 8.00-18.30 Uhr,  
Fr: 8.00 – 17.00 Uhr

## Wo und wie können Sie eine Förderung beantragen?

Weiterbildung ist förderbar! Unser Kundencenter berät Sie gerne. Informieren Sie sich frühzeitig, jedenfalls vor Lehrgangsstart. Einen ersten Überblick über mögliche Individualförderungen erhalten Sie auf unserer Website [www.bfi-sbg.at/service/foerderungen](http://www.bfi-sbg.at/service/foerderungen).

## Welche Lehrgangsinhalte erwarten Sie:

### Module 1: Grundlagen der Kinesiologie und Ernährung

Im ersten Modul lernen Sie die Grundlagen der Kinesiologie kennen. Sie erfahren die Entwicklung der Kinesiologie, ethische und rechtliche Richtlinien für das Berufsbild „Kinesiolog/in“ und erlernen den Muskeltest als wichtigstes Werkzeug der Kinesiolog/innen. Außerdem erhalten Sie wichtige Informationen über westliche und östliche Ernährungsgrundsätze, sowie die Prinzipien der 5-Elemente-Lehre.

- Entwicklung der Kinesiologie
- Berufsbild „Kinesiolog/in“
- Muskeltest in Theorie und Praxis
- Grundlagen der 5-Elemente-Lehre
- westliche Ernährung
- östliche Ernährung

### Modul 2: Touch for Health© 1

Touch for Health (TfH) gilt als Basis der Kinesiologie und ist daher ein besonders günstiger Einstieg für alle Kinesiologierichtungen. Mit TfH 1 erlernen Sie die Testmethoden der 14 Grundmuskelgruppen, die mit den 14 Akupunkturmeridianen korrespondieren. Durch Anwendung verschiedener Reflexpunkte und anderer korrigierender Elemente wird ein grundlegendes Muskel- und Energiegleichgewicht hergestellt.

- 14 Grundmuskeln balancieren
- Korrekturmöglichkeiten bei energetischer Dysbalance
- Überkreuzbewegung
- Emotionale Stressreduzierung
- Surrogat-Test
- Anwendungsmöglichkeiten

### Modul 3: Brain-Gym® 1

Brain-Gym bietet eine Unterstützung für leichteres Lernen, das sich nicht auf das schulische Lernen reduziert, sondern auch auf alltägliche Lernaufgaben sowie auch auf soziale Fähigkeiten bezieht. Bestimmte Übungen sind wirkungsvoll als Vorbereitung zum Lernen von bestimmten Denk- und Koordinationsfertigkeiten. In diesem Modul werden diese Übungen in Zusammenhang mit den Balancen erlernt.

- Die 5 Schritte für leichtes Lernen
- Noticing (Wahrnehmen)
- Brain-Gym-Bewegungsübungen
- Aktionsbalance für die positive Einstellung
- Aktionsbalance für das Sehen
- Aktionsbalance für das Hören
- Aktionsbalance für das Schreiben
- Dennison-Lateralitätsbahnung
- Die Wunderbalance



### Modul 4: Brain-Gym® 2

„Lernen in 3-D“! Sie erlernen die „Dimensionen der 3 Intelligenzen“ – nämlich die „Informationsintelligenz“ (wichtig für die Kommunikations- und Koordinationsfähigkeit; die Lateralität), die „emotionale Intelligenz“ (wichtig für die Organisationsfähigkeit; die Zentrierung) und die „Aufmerksamkeitsintelligenz“ (wichtig für den Wahrnehmungsfokus, das Verstehen).

- Konzept der 3 Dimensionen
- Weitere Bewegungsübungen
- Aktionsbalance für die Kommunikation
- Aktionsbalance für die Zentrierung
- Aktionsbalance für das Verständnis
- Neubahnung der 3 Dimensionen
- F.A.S.T.-Balance

### Modul 5: Brain-Gym® Vertiefung

In diesem Modul vertiefen Sie Ihr Repertoire und auch Ihr Verständnis von Brain-Gym.

Bereits gelernte Inhalte von BG 1 und BG 2 werden wiederholt und praxisrelevant zusammengeführt. Sie erfahren und üben, wie Brain-Gym-Balancen in der Praxis angewendet werden.

- Zusammenfassung aller Inhalte von BG 1 und BG 2
- X-PAND-Balance
- Neue Balancen für Schule, Alltag und Sport
- Selbsterfahrung

### Modul 6: R.E.S.E.T. 1 / R.E.S.E.T. 2

R.E.S.E.T. ist ein sanftes Verfahren zum Ausgleich des Kiefergelenkes durch Entspannung der Kiefermuskulatur. Da das Kiefergelenk den ganzen Körper (Skelett-, Muskel-, Nerven-, Meridiansystem und Hydratation)) beeinflusst, hat die Entspannung der Kiefermuskulatur einen positive Auswirkung auf den ganzen Körper.

- Kennenlernen der Kiefermuskulatur und des Kiefergelenksystems
- Erlernen der Haltepositionen
- Eigenbalance
- Balance am sitzenden und liegenden Übungspartner
- Varianten der Anwendung

### Modul 7: Touch for Health© 2

Mit TfH 2 erlernen Sie weitere 14 Muskeltests und weitere Korrekturmöglichkeiten, sowie den Einsatz des „Meridian-Rades“, der Fünf-Elemente-Lehre und der Farbbalance.

- 14 weitere Muskeltests
- Gesetz der 5 chinesischen Elemente
- Meridian-Rad
- 5-Elemente-Balance
- Farbbalance
- Tageszeitbalance
- Akupressur-Haltepunkte
- Yin und Yang

### Modul 8: Touch for Health© 3

In diesem Modul wird das Repertoire auf 42 Muskeltests erweitert. Die bereits gelernten Fertigkeiten des TfH werden vertieft, indem weitere Gesetze des Energieausgleichs verwendet werden.

- 14 weitere Muskeltests
- Pulstest
- Schrittkoordination
- Tibetische Achten
- Reaktive Muskelverkettungen
- Verweilmodus

### Modul 9: Touch for Health © 4

Dieses Modul ist in erster Linie ein vertiefendes Studium für den Anwender der TfH-Methoden. Es wird ergänzt durch einige weitere Methoden der Korrektur der Energiedysbalancen.

- Wiederholung TfH 1-3
- 42 Muskeltests im Stehen
- Wirbelsäulenreflexpunkte
- Luo-Punkte
- Theorie der Akupressur-Haltepunkte

### Modul 10: Übung und Abschluss

In diesem Modul werden alle bisher gelernten Inhalte zusammengeführt und Sie erfahren, wie Sie Ihr umfangreiches kinesiologisches Wissen in der Praxis anwenden können. Außerdem besteht die Möglichkeit, einzelne Themen nochmals zu besprechen und unter Supervision zu üben. Den Ablauf dieses Tages bestimmen die Bedürfnisse der Kursteilnehmer/-innen.

Der Prüfungstag besteht aus einer schriftlichen Prüfung und einem anschließenden praktischen Teil, bei dem Sie beweisen können, wie gut Sie mittlerweile schon kinesiologisch arbeiten.

- Reflexion
- Übung
- Schriftliche Prüfung
- Praktische Prüfung

## Welche Expert/innen unterrichten Sie?

### Dr. Claudia Riedelberger



#### Aus- und Weiterbildung

- Ärztin für Allgemeinmedizin
- Ausbildung zur Notärztin
- Ausbildung zur Schulärztin
- ÖÄK-Diplom (Österreichisches Ärztekammer Diplom) in Psychosozialer Medizin
- ÖÄK-Diplom in Psychosomatischer Medizin
- ÖÄK-Diplom in Ernährungsmedizin
- Erste-Hilfe-Lehrbeauftragte für das Österreichische Jugendrotkreuz
- Wahrnehmungs-Energie-Trainerin (WET)
- Touch for Health- Instruktorin
- Brain-Gym-Instruktorin
- Ausbildung in Eternal-Movement-Kinesiologie (EM-K 1 und 2)
- Meridian- und Akupunktmassage nach Penzel
- R.E.S.E.T. 1 – Instruktorin
- R.E.S.E.T. 2 - Instruktorin

#### Berufliche Erfahrungen

- Ärztliche Krankenhausstätigkeit
- Schulärztin an einem Gymnasium und einer BHS in Salzburg
- Referentin für ernährungsbezogene und psychosomatische Themen
- Referentin und Kursleiterin für Kinesiologie

#### Arbeitsschwerpunkte

- Unterstützung bei der Gesundheitserhaltung und Gesundheitsförderung vor allem von Kindern und Jugendlichen
- Zusammenarbeit Arzt-Psychologe-Kinesiologe

## Mag. Christian Dillinger



### Berufliche Erfahrungen

- Fachliche Leitung des Instituts MOVING
- Arbeit in freier Praxis mit Einzelpersonen und Personengruppen
- Vorsitzender des Österreichischen Berufsverbandes für Kinesiologie ÖBK

### Aus- und Weiterbildung

- Sportwissenschaftler mit Fachrichtung Motodiagnostik und Mototherapie
- Lehrer für die kinesiologischen Richtungen: Touch for Health®, Edu-Kinestetik®, Hyperton - X
- Internationales Fakultätsmitglied der Educational Kinesiology Foundation,
- Ausbilder für Brain Gym - LehrerInnen in Österreich
- Zertifizierter CranioSacral - Therapeut nach Upledger
- Practitioner für Neuro-Linguistisches Programmieren
- Fortbildungen in Neuralkinesiologie nach Klinghardt und Entwicklungskinesiologie, Viszeraler Mobilisation und Funktioneller Arbeit am Kauorgan.
- Psychotherapeutisches Propädeutikum

### Arbeitsschwerpunkte

- Prävention über Bewegung
- Bewegungsprogramme über funktionelle Ansätze
- Bewegungsanalytik
- Kinesiologische Arbeit und Seminartätigkeit
- CranioSacral-Therapie und SomatoEmotionale Entspannung nach Upledger
- ShareCare® Seminare aus der CranioSacral-Therapie® nach Upledger
- Programme zum Zusammenhang Lernen - Sinne - Körper
- Funktionelle und kinesiologische Arbeit am Kauorgan
- Entspannungstraining